



TENDÈNCIES | Redacció | Actualitzat el 11/09/2023 a les 08:00

5 consells perquè la tornada a la rutina no sigui tan dura

Tornar a la rutina a vegades fa il·lusió, però això no significa que sigui fàcil. A continuació et compartim algunes coses que pots fer i que t'ajudaran a adaptar-te més ràpidament:

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://experience.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exc o-sdk'));
```

[/playbuzz]

[fcentrareport]